

Dans le cadre de son programme « Personnes âgées », Santé publique France réalise des publications, enquêtes et outils ayant pour objectif la prévention de la perte d'autonomie. Les professionnels peuvent les télécharger et commander pour eux-mêmes mais aussi pour les publics âgés qu'ils accompagnent en prévention et promotion de la santé. Rendez-vous sur <http://inpes.santepubliquefrance.fr> > **Espaces thématiques** > **Viellir en bonne santé** pour accéder aux documents.

Professionnels

NOUVEAU

La Santé en action - «Promouvoir la participation sociale des personnes âgées»



Magazine
Format: 21 x 29,7 cm
52 pages
Réf. : Revue :
NS12 443 18R

Scientifiques, acteurs de terrain et personnes âgées déterminent, analysent et décrivent les multiples contextes de la participation sociale et son impact sur un vieillissement en santé. Le dossier permet d'identifier les enjeux de la participation sociale comme déterminant de santé et les nécessaires adaptations.

NOUVEAU

Les résidences autonomie sont des acteurs dynamiques de prévention : comment les soutenir ?



Synthèse
Format: 21 x 29,7 cm
11 pages
Réf. : W-0197-001-1710

Cette synthèse est issue d'un état des lieux des actions de prévention et de promotion de la santé au sein de résidences autonomie réalisé auprès de résidents et de professionnels. Elle décrit l'organisation des actions de prévention et détermine les freins et les leviers à la mise en place et/ou à la participation à ces actions dans un objectif d'amélioration desdites actions.

 Document disponible uniquement en téléchargement www.pourbienvieillir.fr/publications-professionnelles

Viellissement et fragilité : approches de santé publique



BEH
Format : 21 x 29,7 cm
BEH 16-17,
11 juillet 2017,
pp. 291-343

Ce numéro du BEH aborde le vieillissement et la fragilité sous l'angle espérance de vie, multimorbidité, iatrogénie, prise en charge des résidents en Ehpad, la surveillance des chutes en prenant appui sur des données françaises récentes en épidémiologie. Une recherche-action consacrée à la prévention des chutes analyse les interventions efficaces et les perspectives de santé publique.

Document disponible uniquement en téléchargement sur invs.santepubliquefrance.fr

Outil d'intervention - « Bonne journée, bonne santé »



Kit
Format : 21 x 29,7 cm
Réf. : 490-119616-K

Le kit « Bonne journée, bonne santé » fournit aux intervenants en promotion de la santé plusieurs supports pour engager un dialogue de prévention avec les personnes âgées en situation de précarité. Que ce soit en entretien individuel ou en atelier collectif, il permet d'établir un échange et de favoriser l'acceptation et l'acquisition de comportements protecteurs.

 Retrouvez toutes les ressources du kit sur www.pourbienvieillir.fr/bonne-journee-bonne-sante

Les comportements de santé des 55-85 ans. Analyses du Baromètre santé 2010



Ouvrage
Format : 15,5 x 23,5 cm
192 pages
Réf. : 121-103714-L

Document disponible uniquement en téléchargement

Cet ouvrage présente les résultats du baromètre santé 2010, des analyses et propositions concernant la santé des 55-85 ans. Il a pour objectif d'actualiser et de préciser la connaissance des populations âgées et de leurs comportements, afin de mettre en place de nouvelles actions en leur faveur.

Bien vieillir : le livret d'accompagnement de la web série



Brochure
Format : 21 x 29,7 cm
64 pages
Réf. : 490-113616-B

Document disponible uniquement en téléchargement

Le livret élaboré par Santé publique France ensemble avec les régimes de retraite explique comment intégrer les épisodes de la web série « Agence des réponses Bien vieillir » dans les actions individuelles et collectives Bien vieillir. Il fournit des conseils pour dynamiser les échanges autour de thématiques phares de l'avancée en âge.



Visionner la web série sur www.pourbienvieillir.fr/les-videos-du-bien-vieillir

Actions collectives « Bien vieillir ». Repères théoriques, méthodologiques et pratiques



Ouvrage
Format : 15,5 x 23,5 cm
108 pages
Réf. : 490-104414-L

Co-construit avec des professionnels des régimes de retraite en interrégime, cet ouvrage d'aide à l'action met à disposition des repères théoriques ainsi que méthodologiques et pratiques pour la mise en œuvre et l'évaluation du processus et des résultats des actions collectives Bien vieillir, et ce pour l'ensemble des acteurs du champ au niveau national, régional et local.



Retrouvez l'ouvrage et les questionnaires, grilles d'évaluation sur www.pourbienvieillir.fr/concevoir-deployer-et-evaluer-une-action-collective

Interventions de prévention et promotion de la santé pour les aînés : modèle écologique



Ouvrage
Format : 15,5 x 23,5 cm
112 pages
Réf. : 433-95613-L

Ce guide d'aide permet de comprendre l'approche écologique en promotion de la santé. Cette dernière s'appuie sur une vision large des déterminants de santé qui met l'accent sur les interactions complexes entre l'individu et son environnement. Les pistes concrètes proposées aident à mettre en œuvre, planifier des interventions ou évaluer des programmes inspirés de ce modèle.

Les sessions de préparation à la retraite. Un enjeu citoyen



Ouvrage
Format : 15,5 x 23,5 cm
146 pages
Réf. : 433-90011-L

Document disponible uniquement en téléchargement

S'adressant directement aux formateurs, aux personnels impliqués dans la retraite et aux professionnels des ressources humaines, ce guide propose des repères théoriques et des outils pratiques pour construire des sessions de préparation à la retraite dans une approche globale du vieillissement, conformément au plan national « Bien vieillir » 2007-2009.

Protection de l'autonomie des personnes âgées. Pratiques professionnelles des métiers de l'aide à domicile



Brochure
Format : 21 x 29,7 cm
58 pages
Réf. : 433-98313-B

Document disponible uniquement en téléchargement

Cette brochure présente une formation de cinq jours pour les aides à domicile sur le thème de la protection de l'autonomie des personnes âgées. Créée dans le cadre d'un partenariat avec la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA), les supports de formation, questionnaires d'évaluation, carnets de bord et supports pédagogiques, sont à télécharger sur <http://inpes.santepubliquefrance.fr/bienvieillir-outils>.

Grand public

Vieillir... et alors ?



Brochure
Format : 15 x 21 cm
40 pages
Réf. : 490-97816-B

Destinée aux jeunes seniors, cette brochure prend en compte les dimensions physiologiques, psychologiques et sociales de toutes les évolutions liées à l'avancée en âge. Elle livre, à travers recommandations pratiques et conseils, toutes les clés essentielles pour bien manger et bouger, garder son cerveau en éveil, mais aussi pour penser à soi, partager et rester connecté, sans oublier comment adopter des comportements protecteurs pour son corps et sa santé. La brochure a été réalisée en partenariat avec les régimes de retraite.

Bien vivre son âge



Brochure
Format : 15 x 21 cm
40 pages
Réf. : 490-102716-B

Ce guide s'adresse aux personnes âgées de 75 ans et plus, car, avec l'âge, le corps évolue et de nouvelles situations apparaissent auxquelles il est nécessaire de s'adapter. Riche en informations pratiques, en astuces et en paroles de professionnels de santé, la brochure aborde – de manière transversale – le lien social et intergénérationnel, les fonctions cognitives, l'alimentation, l'activité physique, le partage avec les autres ou encore la prévention santé, et invite à prendre le temps de penser à soi. Elle a été réalisée en partenariat avec les régimes de retraite.

Le guide nutrition pour les aidants des personnes âgées



Brochure
Format : 14,5 x 20,5 cm
68 pages
Réf. : 250-30015-B

Les aidants proches ainsi que les aidants professionnels trouvent dans cette brochure des informations, conseils et astuces pour accompagner au quotidien les personnes très âgées ou fragilisées. Maintenir la diversité de l'alimentation et promouvoir l'activité physique sont très importants en termes de qualité de vie.

Document disponible uniquement en téléchargement

Comment aménager votre maison pour éviter les chutes ?



Brochure
Format : 15 x 21 cm
16 pages
Réf. : 433-71911-B

Cette brochure réunit des repères pour limiter les chutes des personnes âgées, une page pour apprendre à se relever en cas de chute, et de nombreux conseils pour préserver son équilibre et aménager son logement.

Comment garder son équilibre après 60 ans ?



Brochure
Format : 15 x 21 cm
22 pages
Réf. : 433-05184-B

L'objectif de cette brochure est de répondre aux questions que se posent les personnes âgées en matière d'alimentation et d'exercice physique en donnant des conseils faciles à mettre en pratique. Ils permettront de prévenir l'ostéoporose et, associés à un bon aménagement de la maison, d'éviter les risques de chute.

Document disponible uniquement en téléchargement

Mémo nutrition



Affichette
Format : 15 x 21 cm
4 pages
Réf. : 250-32513-DE

Conçue dans le cadre du PNNS, cette affichette, à scotcher sur le réfrigérateur, est destinée aux personnes âgées. Elle rappelle les repères de consommation des sept catégories d'aliments et les grands principes de nutrition.

Document disponible uniquement en téléchargement

Ressources Internet

www.pourbienvieillir.fr



Élaboré en commun avec les régimes de retraite et Santé publique France, le portail s'adresse aux seniors et personnes âgées ainsi qu'aux professionnels. Dans l'espace grand public sont réunis tous les conseils pour un vieillissement en santé : témoignages de seniors et personnes âgées, mots de scientifiques, vidéos, quiz, carte interactive pour participer à des ateliers de prévention des caisses de retraite. Bien vieillir dans sa tête, dans son corps et avec les autres sont les thématiques abordées pour avancer en âge sereinement, sans oublier le Bien vieillir chez soi et avec sa caisse de retraite. Les brochures *Viellir... et alors?* et *Bien vivre son âge* sont en accès libre dans la médiathèque. Sa page Facebook @pourbienvieillir permet au grand public d'échanger et de rester en lien avec l'actualité bien vieillir.



Les professionnels trouveront à travers trois rubriques des informations sur les thématiques de prévention santé des aînés, des outils pour leurs actions Bien vieillir et des formations professionnelles en promotion de la santé. L'espace Professionnels réunit des outils de veille

thématique, présente des banques de données relatives aux actions Bien vieillir, fournit des méthodes d'évaluation et propose des liens utiles pour aller plus loin. La médiathèque permet de télécharger des guides d'aide à l'action, de visionner des vidéos dont certaines analysent le vieillissement en santé, d'autres serviront d'outils d'animation pour les actions Bien vieillir. Sa newsletter « *Essentiel Bien vieillir* » informe tous les deux mois des nouveautés du site, des ressources documentaires et des manifestations professionnelles.

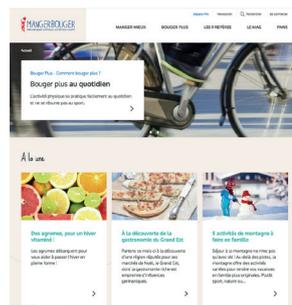


Vous souhaitez faire connaître le site www.pourbienvieillir.fr auprès de vos publics? Commandez le kit de communication composé d'affichettes et de marque-pages.

Kit
Affichette: 42 x 60 cm
Réf.: 490-119316-A
Marque-page: 5 x 21 cm
Réf.: 490-119416-DE

Retrouvez toutes les ressources du kit sur <http://www.pourbienvieillir.fr/kit-de-communication>

www.mangerbouger.fr



Le site géré par Santé publique France, livre entre autres des conseils aux personnes âgées de 50 ans et plus pour adopter une alimentation équilibrée et pratiquer une activité physique quotidienne. Les professionnels y

trouveront des informations pour agir auprès des personnes âgées en matière d'alimentation et d'activité physique, mais aussi pour accompagner la personne âgée fragilisée et repérer la dénutrition.

www.preventionmaison.fr



Dans une rubrique dédiée aux seniors, sont réunis tous les conseils pour prévenir les accidents domestiques liés aux obstacles au sol, au revêtement, à l'éclairage, sans oublier les explications pour sécuriser les déplacements et les astuces pour se relever après une chute.

www.vaccination-info-service.fr



Pour les seniors de 65 ans et plus, rester en bonne santé et en forme passe aussi par la vaccination. De nombreuses maladies infectieuses peuvent occasionner des complications d'autant plus importantes que l'on prend de l'âge ou que l'on est atteint de pathologie(s) chronique(s). Il est donc essentiel de se protéger en fonction des recommandations vaccinales que le site explique dans sa partie grand public mais aussi professionnelle.

Ressources Internet

<http://canicule-sante.inpes.fr/>



Selon l'âge, le corps ne réagit pas de la même façon aux fortes chaleurs. Et avec l'avancée en âge la sensation de chaleur et de soif est réduite avec une transpiration moindre. Le site explique les précautions à prendre pendant les périodes de fortes chaleurs aussi bien pour les personnes âgées que pour les plus jeunes.

inpes.santepubliquefrance.fr



La rubrique « *Vieillir en bonne santé* » présente le programme à destination des personnes âgées et des professionnels du champ. Le programme a pour objectif de faciliter l'acquisition de comportements protecteurs

pour prévenir la perte d'autonomie. Il s'attache également à renforcer les compétences des professionnels médico-sociaux ainsi que celles de l'entourage familial des personnes âgées par des publications, enquêtes et partenariats stratégiques. Toutes les publications relatives à l'avancée en âge, qu'elles soient professionnelles ou grand public, y sont disponibles.



www.santepubliquefrance.fr

L'action de Santé publique France vise à mieux connaître, expliquer, préserver, protéger et promouvoir l'état de santé des populations. En tant qu'agence scientifique et d'expertise du champ sanitaire elle a en charge

- l'observation épidémiologique et la surveillance de l'état de santé des populations ;
- la veille sur les risques sanitaires menaçant les populations ;
- la promotion de la santé et la réduction des risques pour la santé ;
- le développement de la prévention et de l'éducation pour la santé ;
- la préparation et la réponse aux situations sanitaires exceptionnelles ;
- le lancement de l'alerte sanitaire.

Santé publique France propose et soutient notamment des sites Internet de prévention et des lignes téléphoniques d'aide à distance.

Retrouvez Santé publique France sur [»](#) [Twitter](#) [Instagram](#) [YouTube](#)



12 rue du Val d'Osne - TSA 90463 - 94415 Saint-Maurice Cedex - France

<http://inpes.santepubliquefrance.fr>